

# 変化し、不確かな時こそ、 今の状況をシェアしよう

- 状況が変化し、不確実性が高い時、メンバーは不安な気持ちに陥りがちです。
- これからの問いかけに対して、今、起きていること、今の自分、これからことを言葉にして共有してみましょう。  
言葉にすることで自分で自分の考えが整理でき、他の人と共有できることを確認したり、異なる視点からの多面的な理解も進みます。
- 変化の時、何が正しいということはなく、正しさも変化していきます。  
自分に正直に、オープンな気持ちで話しましょう。  
そして、お互いの声を大切に、聴きあってみましょう。

## アイスブレイク

この3日間で、  
自分に起きたいいいことは？

# 今、自分の生活・仕事で、 起きていることは？

推測・解釈、希望・不安ではなく、「事実」を話そう

今、社会で、また自分に関  
わる人に起きていることで、  
自分の仕事や生活に影響  
ありそうなことは？

「事実」をベースに、なぜそう思うのかも含めて話そう

今の社会や周りの状況や  
起きていることの中で、  
よくわからないこと、  
なんとなく不安なことは？

わからないことの共有も大切！

自分の生活・仕事で、  
ここは変わったな、  
これからも変わっていくなと  
思うことは？

複数のことでもOK。どうして、そう思うのかもシェアしよう

## ふりかえり

この対話で気づいたことは？

今後に向けて、今、できると  
思うことは？

メンバー一人ずつが言葉にしてみよう

対話への参加、運営の協力、  
ありがとうございました！



# 変化し、不確かな時に、 今の状況を分かち合う 問いかけカード

リアル  
の場で

オンライン  
で

チームの効果的な対話を行  
うための問いのセット